

CURSO

ESCUELA DE ESPALDA



PREVENCIÓN. SALUD. TRANQUILIDAD.

ATENCIÓN AL CLIENTE: 900 900 138

info@cualtis.com

www.cualtis.com



QUÉ

Curso teórico práctico para enseñar y mejorar las posturas en las tareas específicas que se realizan en el trabajo, con el fin de mejorar y prevenir las lesiones músculo-esqueléticas consecuencia de los malos hábitos posturales, es decir enseñar una buena higiene postural adaptada al tipo de trabajo que se realice en cada caso: oficina, carga y descarga, conducción, etc.

CÓMO

Mediante una explicación teórica del aparato locomotor por parte de un profesional sanitario, que posteriormente enseñará y colaborará con los alumnos en la realización de ejercicios prácticos incidiendo en potenciar flexibilidad, coordinación, y fortalecimiento de la espalda.

DÓNDE

Podemos organizar los cursos en las aulas de formación de nuestros centros, o en salas de formación de su propia empresa, siempre que contemos con espacio suficiente para poder realizar los ejercicios prácticos que necesitan de colchonetas individuales para cada alumno.

POR QUÉ

Porque queremos ofrecer un servicio de prevención para evitar las lesiones más comunes en los trabajadores, así como de las enfermedades laborales del aparato locomotor, que son en la mayoría de los casos las principales causantes del mayor índice de absentismo laboral.

PARA QUIÉN

En general para todas las personas interesadas en adquirir unos correctos hábitos posturales, tanto para su vida cotidiana como para su vida laboral, y en definitiva concienciar a la población en el término "educación para la salud", proporcionando un conocimiento de las enfermedades a prevenir, así como de las actuaciones a llevar a cabo en caso de dolencias, y su prevención en lo referente al aparato locomotor.



CURSO

Taller de
espalda